

祝日レッスンスケジュール

2026年5月3日(日曜日)

憲法記念日



営業時間 10:00~21:00

スタジオ	プール
 <p>◎気功ニューロン体操【20】 10:20~11:05 修安</p>	<p>♪アクア45【30】 10:30~11:15 叶夢</p>
<p>♣ウォーク&ストレッチ【20】 11:20~11:50 修安</p>	<p>○ワンポイント【15】 11:25~12:10 叶夢</p>
 <p>♡背骨コンディショニング【20】 12:00~13:00 修安</p>	<p>○エンジョイスイム【15】 12:20~12:50 叶夢</p>
<p>◇SALSATION®【25】 13:10~14:10 amy</p>	
	<p>♪アクア【30】 14:15~14:45 荻野</p>
<p>◇たのしいエアロ【25】 15:20~16:10 田中</p>	<div data-bbox="1102 1932 1766 2214" style="border: 1px solid orange; border-radius: 15px; padding: 10px;">  <p>・・・初めての方も安心してご参加していただけます！ お気軽にお越しください！</p>  </div>
<p>♠バレエ【25】 16:25~17:25 サチー</p>	<p>ジム・プールのご利用は20:30まで 皆様のご参加をお待ちしております。</p>
 <p>♣ウェープリングストレッチ【20】 17:40~18:40 田中</p>	

5/5(火)、5/6(水)は裏面に記載しております！





祝日レッスンスケジュール

2026年5月4日(月曜日)

みどりの日

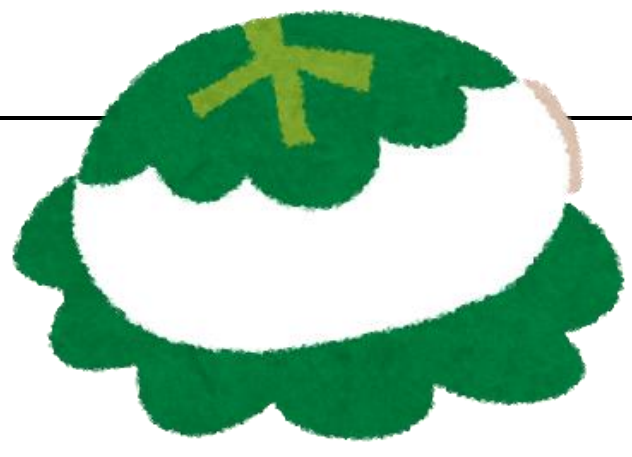


営業時間 10:00~21:00

スタジオ	プール
<p>◎ヨガ【20】 10:20~11:10 修安</p>	<p>♪水中歩行【30】 10:30~11:00 林</p>
<p>♡背骨コンディショニング【20】 11:20~12:10 修安</p>	<p>○フンポイント【15】 11:15~12:00 林</p>
<p>♣ゆるリズム体操【25】 12:45~13:45 荻野</p>	<p>○エンジョイスイム【15】 13:15~13:45 叶夢</p>
<p>♣チェアトレーニング【25】 14:00~14:45 荻野</p>	<p>♪アクア45【30】 14:00~14:45 叶夢</p>
<p>◇SALSATION®【25】 15:00~16:00 Geppon</p>	
<p>♡ボディメンテナンス【20】 16:15~17:15 田中</p>	
<p>・・・初めての方も安心してご参加していただけます！ お気軽にお越しください！</p>	<p>ジム・プールのご利用は20:30まで 皆様のご参加をお待ちしております。</p>

5/5(火)、5/6(水)は裏面に記載しております！





祝日レッスンスケジュール






2026年5月5日(火曜日)

★ **こどもの日** ★

こどもの日

営業時間 10:00~21:00

スタジオ	プール
 <p>♡骨盤ストレッチ【25】 10:20~11:05 増谷</p>	 <p>♪水中歩行【30】 10:25~10:55 叶夢</p>
<p>♡フラダンス【25】 11:20~12:05 増谷</p>	<p>♪アクア【30】 11:05~11:35 叶夢</p>
<p>◎ヨガ【25】 12:20~13:10 修安</p>	
<p>◇Mambo FIT【25】 13:20~14:05 Geppon</p>	<p>♪アクア【30】 13:45~14:15 若村</p>
<p>♣ピラティス【25】 14:20~15:10 amy</p>	<p>○月替わり泳法【15】 14:30~15:15 林</p>
<p>◇ステップ【20】 15:25~16:15 河内</p>	<p>○ワンポイント【15】 15:25~15:55 林</p>
<div data-bbox="205 2211 856 2487" data-label="Text"> <p>...初めての方も安心してご参加していただけます！ お気軽にお越しください！</p> </div> 	<div data-bbox="1018 2270 1837 2398" data-label="Text"> <p>ジム・プールのご利用は20:30まで 皆様のご参加をお待ちしております。</p> </div> <div data-bbox="1470 2507 1837 2597" data-label="Image"> </div>

5月は
バタフライ



